اخبار کوتاه

گواردیولا: نگران هالند نباشید

سرمربی منچسترسیتی بعد از ناکامی برابر لیورپول در جام خیریه عنوان کرد نباید نگران گلزن نروژی تیمش بود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از سایت ساکرنت، در دیدار جام خیریه فوتبال انگلیس دو تیم لیورپول و منچسترسیتی در کینگ پاور ورزشگاه لسترسیتی برابر هم به میدان رفتند که این دیدار با برتری ۳ بر یک لیورپول به پایان رسید.

پپ گواردیولا پس از باخت مقابل لیورپول در جام خیریه گفت که تیمش باید قبل از شروع فصل پیشرفت کند. سرمربی اسپانیایی سیتی گفت: او با سه موقعیت در نیمه اول و یک موقعیت در نیمه دوم از دست داد. مهم این بود که او در این موقعیت‌ها حضور داشت. او قوی است و قطعا در این فصل خواهد درخشید. او خیلی جنگید و حرکات خوبی داشت. برای او خوب است که با واقعیت یک کشور جدید و یک لیگ جدید آشنا شود. او امروز گل نزد ولی روزی گل خواهد زد و همه دیره او صحبت خواهند کرد. هالند کیفیتی باورنکردنی دارد و این کار را انجام خواهد داد. باید دانست که او فقط دو هفته و نیم فرصت دارد و من از چیزی که از زمان ورود او به تیم دیدایم بسیار خوشحالم. مطلقا نگران هالند نیستم.

پپ گواردیولا قبل از فصل جدید تیمش را تغییر داد و لرنیک هالند مهاجم ۵۱.۱ میلیون پوندی را از بورسیا دورتموند و کالوین فیلیپس هافبک ملی پوش انگلیسی را از لیدز با ۵۰ میلیون پوند به خدمت گرفت. برخی از بازیکنان مطرح نیز البته در تابستان امسال سیتی را ترک کردند. رحیم استرلینگ به چلسی پیوست و گابریل ژسوس راهی آرسنال شد. منچسترسیتی در دیدار قبلی دوستانه خود برابر کلوب آمریکا مکزیک با نتیجه ۲ بر یک به پیروزی دست پیدا کرد. هر دو گل سیتی را در این بازی کوین دی بروین کاپیتان تیم به ثمر رساند و در ادامه بابرن مونیخ را با گل هالند برد.

منچسترسیتی مدافع عنوان قهرمانی لیگ برتر انگلیس در دیدار بعدی خود در هفته نخست لیگ برتر در زمین تیم وستهام به میدان خواهد رفت که این دیدار مصاف دشواری برای تیم گواردیولا خواهد بود.

پیروزی رئال مادرید برابر بوئونتوس

رئال مادرید در دیداری دوستانه به مصاف بوئونتوس شد و توانست با دو گل به پیروزی دست پیدا کند.

به گزارش پیام آشنا رئال مادرید در ادامه بازی های دوستانه خود در اردوی آمریکا به مصاف بوئونتوس رفت. رئال در این بازی توانست با دو گل به پیروزی دست پیدا کند.

گل های رئال مادرید را در این بازی کریم بنزما از روی نقطه پنالتی و مارکو آسنسیو به ثمر رساندند. رئال مادرید در حالی در این بازی با دو گل به پیروزی دست پیدا کرد که پیش از این یارسلونا برابر یووه به تساوی دو بر دو رسیده بود.این آخرین بازی دوستانه رئال مادرید در اردوی آمریکا بود.

پیروزی بارسلونا در بازی دوستانه

آبی اناری‌ها در دیداری برابر نیوپورت رد بولز با دو گل به پیروزی دست پیدا کردند.

به گزارش پیام آشنا. بارسلونا در ادامه اردوی تابستانی خود در آمریکا این بار در دیداری دوستانه به مصاف نیوپورت رد بولز آمریکا رفت.

آبی اناری ها در این بازی با دو گل به پیروزی دست پیدا کردند.

گل های بارسلونا را در این بازی عثمان دمبله و معفیس دپای به ثمر رساندند. آخرین بازی تیم ژاوی در آمریکا بود و آنها باید به اسپانیا برگردند تا خود را آماده فصل جدید لالیگا کنند که از هفته بعد آغاز خواهد شد.

بارسلونا در نقل و انتقالات تابستانی عملکرد بسیار خوبی داشت. این تیم با بازیکنانی مثل رافینیا، لواندوفسکی، فرانکی کسیه، کریستینسن و کنده قرارداد امضا کرد.

نتایج بسیار خوبی که شاگردان ژاوی در دیدارهای دوستانه به دست آوردند نوید روزهای خوبی را برای این تیم در فصل پیش رو می دهد و به نظر می رسد که آبی اناری ها نسبت به فصل قبل عملکرد بهتری خواهند داشت و می توان امیدوار به قهرمانی تیم هم در لالیگا و هم در لیگ قهرمانان اروپا بود.

غایب بزرگ PSG در سوپر جام فرانسه

مهاجم پاری سن ژرمن در دیدار سوپر جام نمی تواند تیمش را به خاطر محرومیت همراهی کند اما در فهرست تیم نام نیمار و مسی به چشم می آید.

به گزارش پیام آشنا به نقل از اکیپ پاری سن ژرمن در دیدار سوپر جام فرانسه امشب به مصاف نانت خواهد رفت.

کیلیان ام بابه غایب بزرگ پاری سن ژرمن در این بازی حساس خواهد بود. ام بابه به خاطر محرومیت نمی تواند تیمش را در این بازی همراهی کند.

اما در فهرست پاری سن ژرمن برای این بازی نام بازیکنان سرشناس تیم از جمله لیونل مسی، نیمار و سرخیو راموس به چشم می آید.

این نخستین محک جدی گریستوف گالتیه سرمربی جدید پاری سن ژرمن می باشد و باید دید که آیا او می تواند نخستین جام را در نخستین گام خود با تیم پاریسی به دست آورد یا نه.

باشگاه پاری سن ژرمن بعد از ناکامی در لیگ قهرمانان اروپای فصل قبل تصمیم رفت که پوچتینو را از کار برکنار کند و گالتیه را به عنوان سرمربی جدید خود انتخاب کند.

پایان کار آزادکاران ایران در ۵ وزن نخست نوجوانان قهرمانی جهان بدون طلا

نمایندگان ایران در رقابتهای پنج وزن نخست کشتی آزاد نوجوانان قهرمانی جهان به ۱ مدال نقره و ۱ مدال برنز رسیدند.

به گزارش پیام آشنا. در پایان رقابتهای ۵ وزن نخست کشتی آزاد نوجوانان قهرمانی جهان در ایتالیا رضا سلیمانیان در وزن ۸۰ کیلوگرم به مدال نقره و عرشیا حدادی در وزن ۴۸ کیلوگرم به مدال برنز دست یافت.

در وزن ۴۸ کیلوگرم عرشیا حدادی در دور نخست با نتیجه ۸ بر صفر عظیم عبدیکالیکوف از قرقیزستان را شکست داد و راهی مرحله یکچهارم نهایی شد. وی در این مرحله مقابل کریستین کلستیلو از آمریکا با نتیجه ۸ بر ۶ مغلوب شد و با توجه به حضور حریفش در دیدار فینال به گروه بازنده ها رفت. وی در این گروه باید با نتیجه ۱۳ بر ۱ مقابل لوزگور جاگالیان از ترکیه پیروز شد و به دیدار رده بندی راه یافت. حدادی در این دیدار با نتیجه ۱۱ بر صفر رسول گالبورایف از فرانسه را مغلوب کرد و به مدال برنز دست یافت.

در وزن ۵۵ کیلوگرم امیر مهدی نجاتی زاده پس از استراحت در دور اول، در دور دوم با نتیجه ۹ بر صفر مغلوب حوسان علی عثمان اف از ازبکستان شد و با توجه به شکست این کشتی گیر در مرحله یکچهارم نهایی از دور رقابت ها کنار رفت.

در وزن ۶۵ کیلوگرم محمد مهدی معیوند در دور نخست با نتیجه ۳ بر صفر مغلوب الیاس عسیایف از آذربایجان شد و با توجه به حضور این کشتی گیر در دیدار فینال شد. سلیمانیان در دیدار پایانی با نتیجه ۶ بر ۳ مغلوب مور ساچین از هند شد و به مدال نقره رسید.

در وزن ۱۱۰ کیلوگرم محمد رضا لطفی پس از استراحت در دور اول در دور دوم مقابل علیخان کوسانیوف از قزاقستان با نتیجه ۸ بر ۲ به برتری دست یافت. وی در دور بعد و در مرحله یکچهارم نهایی با نتیجه ۱۰ بر ۲ رالفس لوکینس از لتونی را مغلوب کرد و راهی مرحله نیمه نهایی شد. لطفی در این مرحله با نتیجه ۹ بر ۱۱ مغلوب لوان لاگویلوا از فرانسه شد و راهی دیدار رده بندی شد. حریف وی در این دیدار مقابل سینگ جاسپوران از هند با نتیجه ۴ بر صفر شکست خورد و پنجم شد.

نستر فراهانی بهترین بازیکن دیدار هندبال ایران - ازبکستان

ملی پوش هندبال دختران ایران در اولین مسابقه از رقابت‌های هندبال قهرمانی دختران نوجوان بهترین بازیکن زمین شد.

به گزارش پیام آشنا، تیم ملی هندبال دختران نوجوان ایران در اولین دیدار خود از مسابقات قهرمانی جهان مقدونیه شمالی مقابل ازبکستان با نتیجه ۲۷ بر ۳۱ به برتری رسیدند. در پایان این دیدار نستر فراهانی ملی پوش ایرانی به عنوان برترین بازیکن این دیدار انتخاب شد.

فراهانی عملکرد درخشانی را از خود در این دیدار به نمایش گذاشت و در نهایت موفق شد عنوان برترین بازیکن دیدار مقابل ازبکستان را از آن خود نماید. نهمین دوره قابت‌های هندبال قهرمانی جهان دختران نوجوان از ۸ تا ۱۹ مرداد (۳۰ جولای تا ۱۰ آگوست) با حضور ۳۲ تیم به میزبان مقدونیه شمالی در حال برگزاری است.

دومین پیروزی شطرنج بازان ایران در رقابت‌های المپیاد جهانی

تیم ملی شطرنج زنان و مردان ایران در دور دوم رقابت‌های المپیاد جهانی حریفان خود را شکست دادند.

به گزارش پیام آشنا، تیم ملی شطرنج بانوان و مردان ایران که در چهل و چهارمین دوره مسابقات المپیاد جهانی شطرنج در شهر چنای هند شرکت کرده‌اند، در دور دوم این مسابقات به مصاف حریفان خود رفتند.

در این رقابت‌ها تیم مردان شطرنج ایران به مصاف ایرلند رفت و موفق شدند با نتیجه نزدیک ۲.۵ بر ۱.۵ به پیروزی دست یابد. پرهام مقصودلو و ایدنی در این مسابقه به پیروزی رسیدند. درحالی که موسوی به تساوی رضایت داد و طباطبایی مقابل حریف ایرلندی خود شکست خورد.

در بخش زنان، شطرنج ایران مقابل اروگوئه قرار گرفت و توانست با نتیجه قاطع ۴ بر صفر به پیروزی برسد. معصومی، مهدیان، زاهدی فر و اصغرزاده ترکیب ایران مقابل اروگوئه بودند.

سرمربی تیم ملی بوکس ایران:

هدفگذاری ما مدال آسیایی و سهمیه المپیک است

سرمربی تیم ملی بوکس ایران گفت: هدفگذاری ما کسب مدال بازی‌های آسیایی و به دست آوردن سهمیه المپیک است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا. علیرضا اسکی درباره حضور تیم ملی بوکس ایران در تورنمنت بین‌المللی کویت، توضیح داد: این مسابقات خیلی اتفاقی پیش آمد و حدودا ۲۲ - ۲۱ تیم آمده بودند و همه وزن‌ها نیز توسط میزبان معرفی شدند. ترکیب هیچ تیمی کامل نبود و حدودا ۷۳ بوکسور حضور داشتند که تقریبا ۲۳ نفر از آن‌ها قهرمان آسیا، جهان و المپیک بودند.

او ادامه داد: چین، ازبکستان، بلغارستان، هند و تایلند با ۸۰ - ۷۰ درصد ترکیب اصلی خود حضور داشتند و شاهین موسوی هم تنها نفر اصلی ما بود. باقی افراد مثل حسین میراحمدی، مصطفی ریگی و باقر فرجی اولین حضورشان در تورنمنت بین‌المللی بزرگسالان بود که خوش درخشیدند. خوشبختانه سه بوکسور دیگر به ورزش کشور معرفی کردیم که می‌توانند در آینده نتایج خوبی را کسب کنند.

سرمربی تیم ملی بوکس ایران گفت: با مبارزاتی که در این تورنمنت از نفرات تیم دیدم الان دیگر در هر وزن چند بوکسور قدر داریم که این موضوع نشان می‌دهد هیچ یک از ملی‌پوشان ما حتی دلیال شمبخش هم دیگر در امنیت نیستند و برای فیکس شدن در تیم باید بیش‌ترین تلاش خود را به کار بگیرند.

او درباره حضور شاهین موسوی در وزن ۸۰ کیلوگرم (وزن اصلی او ۷۵ کیلو است) برای تورنمنت کویت نیز توضیح داد: ما درباره سید شاهین موسوی رکب خوردیم. پس از حضور در کویت به یگباره همه وزن‌ها عوض شد و به اجبار شاهین را به ۸۰ کیلو فرستادیم. هم‌چنین اگر وزن‌ها تغییر نمی‌کرد ما مصطفی ریگی را برای این مبارزات نمی‌آوردیم. اما او با سختی زیاد و در سه روز خودش را به ۵۲ رساند و مبارزات درخشانی هم برابر حریفان بلغارستانی و ازبکستانی به نمایش گذاشت.

او با بیان این که هدفگذاری تیم ملی از حضور در این مسابقات آماده‌سازی برای بازی‌های آسیایی بود، توضیح داد: نتایج این مسابقات برای ما اولویت اول نبود و بیش‌تر بحث آماده‌سازی و محک زدن نفرات جدید و تیم ملی مدنظرما بود. خوشبختانه ملی‌پوشان نیز با یک شرایط قابل قبول کار کردند و از نظر بدنی هم شرایط بسیار خوبی داشتند. کسب مدال در بازی‌های آسیایی و به دست آوردن سهمیه المپیک، اهداف اصلی ما برای آینده هستند.

اسکی در پایان صحبت‌های خود ضمن تشکر از ایسانسر تیم ملی ایران اظهار کرد: همه هزینه‌های ما برای حضور در این تورنمنت را داده است که امیدوارم این حمایت‌های از بوکس بیش‌تر شود.

آگهی مناقصه عمومی از طریق سامانه ستاد (نوبت دوم)

شهرداری فردیس در نظر دارد بر اساس بودجه مصوب سال ۱۴۰۱ پروژه ذیل را از طریق برگزاری مناقصه عمومی به متقاضیان شرکت های واجد شرایط به شرح ذیل واگذار نماید لذا متقاضیان می توانند از تاریخ انتشار آگهی (چاپ اول) تا ساعت ۱۹:۰۰ روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۵/۱۲ جهت خرید اسناد مناقصه به سامانه الکترونیک دولت (ستاد) مراجعه نمایند.

۱- مبلغ ۲/۰۰۰/۰۰۰ ریال به عنوان هزینه خرید اسناد می بایست به حساب ۴۰۰۸۱۹۶۸۸۶۴۵ به نام شهرداری فردیس از طریق سامانه الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس www.setadiran.ir واریز گردد.

۲- شرکت کنندگان می بایست نسبت به تحویل (صرفا پاکت الف) اصل ضمانت نامه یا فیش واریز نقدی به شماره حساب ۱۰۰۸۲۳۰۰۴۱۳۹ تا پایان وقت اداری ساعت ۱۳:۳۰ مورخ ۱۴۰۱/۰۵/۲۶ روز چهارشنبه به آدرس فردیس- بلوار تهرانی مقدم نرسیده به چهار راه فرگاز- دبیر خانه شهرداری مرکزی فردیس طبقه منفی یک اقدام نمایند و هم زمان پاکات الف- ب و ج در سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد ایران) بارگذاری نمایند.

۳- در صورت بروز هر گونه تناقض در موارد مندرج در آگهی با سامانه ستاد، ملاک عمل سامانه ستاد خواهد بود.

۴- پیشنهادات رسیده در روز شنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۵/۲۲ ساعت ۱۴:۰۰ در کمیسیون عالی معاملات شهرداری فردیس مطرح و پس از بررسی و کنترل برنده مناقصه اعلام خواهد شد.

۵- هزینه چاپ آگهی به عهده برنده مناقصه می باشد.

۶- جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۳۶۶۵۸۱۱۱-۰۲۶ داخلی ۱۵۸ تماس و یا به سایت www.shahrdarifardis.ir مراجعه نمایید. شناسه آگهی: ۱۳۴۹۷۳۶

نوبت اول: ۱۴۰۱/۰۵/۰۳ (دو شنبه)

نوبت دوم: ۱۴۰۱/۰۵/۱۰ (دو شنبه)

ردیف	شرح عملیات	برآورد مبلغ ریالی پروژه	مبلغ سپرده شرکت در مناقصه به ریال	محل اجرا	حداقل رتبه لازم	درصد نقد و تهاتر	مدت
۱	زیر سازی و جدولگذاری معابر سطح شهر شماره فراخوان ۲۰۰۱۰۵۰۲۸۸۰۰۰۰۳۲	۴۱/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰	۲/۰۵۰/۰۰۰/۰۰۰	سطح شهر فردیس	۴ راه و ترابری	۱۶/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال نقد ۲۵/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال تهاتر	۳ ماه
۲	ساماندهی معابر برای معابر شهدای شمالی (فاکه اول تا کقال) و معابر شهدای جنوبی (کقال تا فاکه پنجم) شماره فراخوان ۲۰۰۱۰۵۰۲۸۸۰۰۰۰۳۲	۶۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰	۳/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰	سطح شهر فردیس	۴ راه و ترابری یا ۴ ابنیه	۱۰۰ درصد نقد	۱۵۰ روز
۳	ساماندهی معابر برای معابر شهرک وحدت (وحدت و تکارستان) و معابر شهرک سیمین دشت و ارکیده شماره فراخوان ۲۰۰۱۰۵۰۲۸۸۰۰۰۰۳۲	۵۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰	۲/۵۰۰/۰۰۰/۰۰۰	سطح منطقه ۲ شهرداری فردیس	۴ راه و ترابری یا ۴ ابنیه	۱۰۰ درصد نقد	۱۵۰ روز
۴	پیاده روسازی معابر منطقه دو (هری، پیکه، ارم و...) شماره فراخوان ۲۰۰۱۰۵۰۲۸۸۰۰۰۰۳۵	۳۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰	۱/۵۰۰/۰۰۰/۰۰۰	سطح منطقه ۲ شهرداری فردیس	۵ راه و ترابری یا ۵ ابنیه	۱۵/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال نقد ۱۵/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال تهاتر	۹۰ روز
۵	تهیه و خرید و پخش آسفالت سطح شهر شماره فراخوان ۲۰۰۱۰۵۰۲۸۸۰۰۰۰۳۶	۴۹/۹۹۹/۹۲۴/۳۸۰	۲/۴۹۹/۹۹۶/۲۲۴	سطح شهر فردیس	ارائه پروانه بهره برداری تولید آسفالت و مالکیت کارخانه آسفالت	۵۰ درصد نقد ۵۰ درصد تهاتر	۱۲۰ روز

شهرداری فردیس

نکته

توصیه های ورزشی برای افراد دارای اضافه وزن

اگر چاق هستید، شروع یک رژیم ورزشی می‌تواند سخت و ترسناک باشد. اما به آرامی شروع کنید و از مزایای آن بهره مند خواهید شد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از گاردین، برای بسیاری از ما ورزش بخشی از زندگی روزمره ما نیست و برای افرادی که اضافه وزن دارند نیز این شرایط خیلی بیشتر وجود دارد.

وقتی وزن اضافه می شود حرکت سخت تر می شود. هر چه حرکت سخت تر باشد، به تبع آن بی تحرکی نیز زیاد می شود. به این نکته نیز توجه کنید که محیط هورمونی درونی فردی که چاق است با فردی با وزن سالم متفاوت است. چربی یک اندام فعل متابولیک است. این فقط ذخیره سازی نیست، بلکه در واقع هورمون هایی ترشح می کند که بر سطح انرژی شما تأثیر می گذارد. به طور خلاصه، حتی اگر واقعاً از چاقی درد زیادی احساس نمی کنید، ممکن است از خودتان بدتان بیاید.

استاد بوات مربی پرورش اندام می گوید: ورزش به طور کلی برای بدن استرس زا است اما برای کسانی که به شدت اضافه وزن دارند، بدن آنها قبلا استرس پیدا کرده است. فشار خون آنها قبلا بالا رفته است. آنها قبلا خسته شده‌اند و مفاصل آنها قبلا تحت فشار قرار گرفته‌اند.

برای افراد دارای اضافه وزن، نوع ورزش اشتباه می تواند باعث آسیب شود. لومی گوید: بسیاری از افراد دارای اضافه وزن متوجه می‌شوند که مشکلات تعادلی دارند. بنابراین ترمیل و دوچرخه‌های ثابت ابزارهای بسیار قابل پیش بینی و مطمئن برای شروع هستند.

اسکات دیگسون می‌گوید: حضور در باشگاه برای افراد سنگین وزن شاید ناراحتی هایی را در پی داشته باشد. افراد دیگر در باشگاه آمادگی جسمانی دارند و قضاوت گر به کنید همه به شما نگاه می کنند. احتمالا زانوهای شما درد می گیرد. احتمالا با کمردرد روبرو می‌شوید و به طور کلی شما احساس خوبی ندارید.

همین الان کوچکترین کاری را که می تواند انجام دهید پیدا کنید و متعهد شوید که هر روز آن را انجام می‌دهید یک لیست ساده تهیه کنید. ابتدا مجموعه‌ای از فعالیت‌هایی را که می‌دانید می‌توانید بدون درد انجام دهید مشخص کنید.

دوم، حرکاتی را بنویسید که می‌توانید با ناراحتی قابل تحمل انجام دهید. مثل دویدن.

سوم، تمرینی را که به سادگی نمی توانید انجام دهید بنویسید.

تمام فعالیت اولیه و روزمره شما باید در زمره گزینه اول باشد، با یک یا دو تمرین از لیست دوم را در طول روز انجام دهید. روی کارهایی که می توانید انجام دهید تمرکز کنید نه کارهایی که نمی‌توانید.

استیون بلر، استاد علوم ورزشی در دانشگاه کارولینای جنوبی می گوید: همه ما مجبور نیستیم پای ثابت حضور در باشگاه بنشازی یا ورزشکار سه گانه شویم به طور کلی ما بیش از حد بر کاهش وزن تمرکز می کنیم و به اندازه کافی روی یک سبک زندگی سالم تمرکز نمی‌کنیم. خوردن یک رژیم غذایی معقول به اندازه فعالیت بدنی موثر و مفید است. کسانی که نتایج مثبت و منفی رژیم خود را به دقت زیر نظر دارند، به نتایج بهتری دست می یابند. اهداف واقع بینانه تعیین کنید و اگر به اهداف خود نرسیدید، بپرسید چرا نه چه چیزی مانع شد؟ آیا مشکل تکراری وجود داشت؟ آیا می‌توانید روی آن کار کنید؟

یکی دیگر از استراتژی‌های بی‌چون و چرای موفقیت، استفاده از حمایت اجتماعی است. کسی را در زندگی خود پیدا کنید. یک همکار، یکی از اعضای خانواده یا همسایه که شما را حمایت و تشویق کند. بلر می گوید به بدن خود گوش دهید. از مشکلات آگاه باشید. اما نتیجه نهایی این است که تقریبا همه ما می توانیم فعالیت بدنی انجام دهیم تا سالم تر شویم.

اخبار

درخشش دختران خوارزمی در المپیاد ورزشی دانشگاه‌ها

مدیر تربیت بدنی دانشگاه خوارزمی از کسب چهار مدال رنگارنگ در پانزدهمین المپیاد فرهنگی ورزشی دختران دانشگاه‌ها و موسسات آموزش عالی کشور خبر داد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا مسعود جوکار اظهار کرد: پانزدهمین المپیاد فرهنگی، ورزشی دختران دانشگاه ها و موسسات آموزش عالی کشور در بخش دختران به میزبانی دانشگاه تبریز برگزار شد.

جوکار گفت: این مسابقات با حضور ۶۱ دانشگاه و ۱۷۰۰ دانشجو در ۱۰ رشته ورزشی بدمینتون، بسکتبال، تکواندو، کاراته، تنیس روی میز، تیراندازی، دوومیدانی، شنا، فوتسال، والیبال برگزار شد.

مدیر تربیت بدنی دانشگاه خوارزمی ادامه داد: تیم های ورزشی دختران دانشگاه خوارزمی با حضور ۱۵ ورزشکار در ۵ رشته ورزشی تکواندو، بدمینتون، تنیس روی میز، کاراته و دوومیدانی در این رقابت‌ها شرکت کردند که در پایان موفق به کسب ۱ مدال طلا، ۱ مدال نقره، ۲ مدال برنز و ۱ مقام ششم شدند.

جوکار تصریح کرد: در این دوره از رقابت ها در بخش دختران نفیسه عبدی مدال طلا کاراته (کومیته) فائزه چیذری مدال نقره کاراته (کومیته) طراوت باقر پور مدال برنز تکواندو (بوسه) ندا سرزواری مدال برنز تیمی تنیس روی میز غزاله امینی مدال برنز تیمی تنیس روی میز راضیه رنگرز زاده مقام ششم تکواندو را کسب کردند.

پورتو با درخشش طارمی قهرمان سوپر جام پرتغال شد

تیم فوتبال پورتو در سوپرجام پرتغال با درخشش ستاره ایرانی خود به عنوان قهرمانی دست یافت.

به گزارش پیام آشنا. تیم فوتبال پورتو بامداد روز یکشنبه (به وقت تهران) و در ورزشگاه مونیسیپال د آویرو به مصاف توندلا تیم هفدهم و سقوط کرده فصل اخیر لیگ برتر پرتغال رفت تا بازی سوپر جام فصل ۲۲-۲۰۲۱ را برگزار کند.

در پایان این دیدار پورتو با درخشش ستاره ایرانی خود و با برتری ۳ بر صفر توانست جام قهرمان را بالای سر ببرد.

مهدی طارمی ستاره تیم پورتو در این دیدار نیز شاهکار کرد و با زدن ۲ گل زمینه موفقیت تیمش را فراهم کرد. طارمی روی گل دوم تیمش هم تاثیر گذار بود.

ابتدا مهدی طارمی در دقیقه ۳۰ و با ضربه بر توپ ارسالی از روی کرنر گل زنی کرد. در ادامه و در دقیقه ۳۳ مهدی طارمی بعد از دریافت پاس په‌په از پشت محوطه جریمه، با دریبل نمایشایی و با ضربه پای چپ و دفع دروازه‌بان موجب شد. توپ به تیرک برخورد کند و در ریباند، اولیلسون گل دوم تیمش را به ثمر برساند.

در دقیقه ۸۳ نیز مهدی طارمی پس از دریافت پاس په‌په، با یک ضربه بغل پا توپ را به گوشه دروازه فرستاد تا پیروزی پورتو را قطعی کند.

ستاره ایرانی پورتو پیش از این سال گذشته نیز قهرمانی سوپر کاپ پرتغال را همراه تیمش به دست آورده بود و در فصل ۲۲-۲۰۲۱ نیز دو گانه لیگ و جام حذفی را کسب کرده بود.